



Solidaridad Práctica
- Por un mundo sostenible y solidario



VIVIR EN PAZ desde la
CO-INSPIRACIÓN
COMUNITARIA

FICHA DE PLANEACIÓN DE CADA SESIÓN PARA FACILITADORAS

FECHA: 20 de febrero de 2020

LUGAR: virtual

DURACIÓN: 4:00 horas

RESPONSABLE: Rosa Castillo -

PARTICIPANTES: Escuelantes fase 4

NOMBRE DE LA SESIÓN Y/O TEMA: Memoria y Autobiografía: Escritura desde la cuarentena.

OBJETIVO DE LA SESIÓN:

1. Promover el ejercicio autobiográfico como estrategia de autoreconocimiento, de la búsqueda para identificar quienes somos, quienes hemos sido y quienes seremos.
2. Recobrar la memoria de nuestra historia vital y de los acontecimientos, desde la reflexión individual que propicia la remembranza de la historia vital.

De todos los pieladentro:

Reconocer, prevenir y resistir las vivencias y experiencias que este sistema patriarcal, capitalista, racista y clasista “ofrece” a las mujeres y las niñas y que incide directamente sobre su situación emocional.

Promover una visión de la salud emocional, desde una perspectiva feminista, como un proceso que viene desde la fuerza interior; en la búsqueda de la transformación social y política de sí mismas.

Promover la construcción y/o re significación de su subjetividad en lo político: una mirada de sí mismas como sujetas políticas, y de sus características en todas las apuestas de su vida: sociales, culturales, étnico raciales, de clase y género.

INDICADORES: Porcentaje de participantes que reporta cambios positivos en su salud emocional (evidenciados en sus actitudes, percepciones, relaciones, dinámicas, conocimientos, decisiones, comprensiones, entre otras) a partir de su participación en la formación en la Escuela Política (sesiones *pieladentro*, sesiones de las tres espirales, sesiones de activismo y el acompañamiento psicológico feminista).

CONCEPTOS CLAVES (DEFINICIÓN O GUÍA CONCEPTUAL): Autobiografía - Reconocimiento - Historia - Memoria - Escritura.

TIEMPO ESTIMADO	ACTIVIDAD	TÉCNICAS / HERRAMIENTAS	MATERIALES Y REQUERIMIENTOS LOGÍSTICOS



<p>VIDEOS PROVOCADORES PARA ANTES DE LA SESIÓN – por el tema de alistamiento se enviarán jueves en la noche</p>	<p>Se envía un saludo cálido. Se recuerda que en la siguiente sesión habrá un encuentro de Pieladentro para explorar la poesía que cada uno lleva adentro a través de la memoria, en el cuerpo y en la voz. ¡Nuestra voz es poesía! Se les envía dos provocaciones para su alma.</p> <ul style="list-style-type: none"> ● Primera provocación <p>Video llamado “Mujeres Afrocolombianas, historias que trajo el mar”, el cual fue realizado por la Conferencia Nacional de Organizaciones Afrocolombianas (CNOA), haciendo homenaje a la Mujer Afrolatinoamericana, afrocaribeña y de la diáspora.</p> <ul style="list-style-type: none"> ● Segunda Provocación <p>Video corto llamado “El taller de escritura” primera confesión, de Matías Cañorroto. Este contiene un mensaje incitador a la reflexión.</p>	<p>Video</p>	<p>Mujeres Afrocolombianas, historias que trajo el mar (CNOA): https://youtu.be/ygG0InNQrJk</p> <p>El taller de escritura de Matías Cañorroto, primera confesión: https://youtu.be/J58Rk1zVV Bk</p>
<p>SALUDO Y AMBIENTACIÓN JORNADA 8:00 Am a 8:15 Am 30 Minutos</p>	<p>Se envía un saludo y se da la bienvenida. Se envía el siguiente mensaje para iniciar la sesión:</p> <p>“El acto de poder vernos a nosotros y a nosotras mismas y la idea de ver a otras personas, es un acto completamente humano, como lo decía uno de los videos provocador”.</p> <p>La memoria permite recordar quienes somos y quienes estamos siendo, escribir es crear un</p>	<p>Imagen. Canción.</p>	<p>Ver en anexos.</p> <p>Aves enjauladas (Rozalén): https://youtu.be/B9rfD5WEJXM</p> <p>LISTADO VIRTUAL DE ASISTENCIA DEL DIA</p>



Solidaridad Práctica
- Por un mundo sostenible y solidario



VIVIR EN PAZ desde la
CO-INSPIRACIÓN
COMUNITARIA

escenario donde somos más... inventar un mundo para compartirlo y liberarlo y sobre todo para sentirse menos solos.

Cada uno tiene una historia que contar, un hecho reciente, un recuerdo, algo que ha sucedido o que está pasando en este instante. Si se trata de una historia personal valiosa ya sea feliz o quizás dolorosa, vale la pena escribirla para que no sea olvidada, para entender lo que pasó y compartirla con otros y otras.

La escritura autobiográfica es también autoconocimiento y la escritura es poderosa; escribir sobre nosotros y nosotras mismas también puede darnos las fuerzas y la energía para emprender nuevos proyectos e iniciar cambios, además de tomar decisiones sobre lo sucedido.

Es posible que después de esto te animes y sigas trabajando en la escritura y de pronto escribir sus memorias o una novela, o posiblemente hacer una biografía para regalársela a tus seres queridos.!

Se envía la Imagen del paso a paso y se envía la canción "Aves Enjauladas".

Se envía listado de asistencia virtual



Solidaridad Práctica
- Por un mundo sostenible y solidario



VIVIR EN PAZ desde la
CO-INSPIRACIÓN
COMUNITARIA

<p>1. ACTIVIDAD 1: 8:15 Am a 8:45 Am DURACIÓN: 30 minutos</p>	<p>Se les comparte unas bellas reflexiones de Audre Lorde sobre la escritura. “El adueñarnos de nuestra voz y de nuestras letras es un sueño por cumplir y hacer realidad”.</p> <p>Se envía un audio sobre la reflexión de la lectura de Audre, donde se plantean varias ideas, entre esas, la idea de la experiencia como un verdadero conocimiento.</p> <p>Se espera retomar en la hora que tendremos por zoom</p>	<p>Fragmento Audio</p>	<p>Fragmento de la hermana, la extranjera (Audre Lorde): https://drive.google.com/file/d/19MUO6gvrKT4PsxC9Qf8kBnjrEJBiuQdl/view?usp=sharing</p> <p>Ver en anexos.</p>
<p>2. ACTIVIDAD 2: 8:45 Am a 9:15 Am DURACIÓN: 30 minutos</p>	<p>Ahora en la siguiente actividad, se pide se busque inspiración en el baúl de los recuerdos, escribiendo el recuerdo más bonito que se tenga de la infancia.</p>	<p>Formulario de Google</p>	<p>El Baúl de los Recuerdos, un Recuerdo de Infancia: Ver en anexos.</p> <p>https://docs.google.com/forms/d/1qCC0CTUAo4N4oK28qnaBcNKxKPeO5YL0UpOT-rJswYM/edit</p>
<p>3. ACTIVIDAD 3: 9:15 Am a 10:00 Am DURACIÓN: 45 minutos</p>	<p>A continuación, Escucha la AUDIOCARTA de una compañera indígena, en ella cuenta sobre su mundo y lo que ha pensado y vivido estos últimos días.</p> <p>Se pide escuchar con atención.</p> <p>¿Notas en sus palabras la esencia de su cosmovisión?</p>	<p>Audio Formulario de Google</p>	<p>Audiocarta Mujer Indígena: Ver en anexos.</p> <p>Llegó carta: https://docs.google.com/forms/d/1bpPwpEDvdy9O6XkO-4gc4I0eTQynN9JXk1OVDjOoEnc/edit</p>



Solidaridad Práctica
- Por un mundo sostenible y solidario



VIVIR EN PAZ desde la
CO-INSPIRACIÓN
COMUNITARIA

	<p>¿Percibes en su voz el color y el olor de su situación?</p> <p>Se puede abrir un espacio de reflexión (audio - escrito).</p> <p>Ahora, dejándose llevar por la imaginación escribe una carta a la persona más especial que conoces, cuéntale una pedacito o una anécdota de tus pensamientos y experiencias aprendidas durante el último año de pandemia.</p> <p>Completa el formulario.</p>		(Formato)
<p>4. ACTIVIDAD 4: 10:00 Am a 11:00 Am DURACIÓN: 1 hora</p>	<p>Ahora se da paso a conocer algunas cortas biografías: se pide que elijan una de todas</p> <ol style="list-style-type: none"> 1. Una mujer excombatiente del M19 tejedora de vida y esperanza 2. Un hombre del círculo de hombres que ha decidido deconstruir su masculinidad hegemónica y ser otro! 3. Una mujer artista, actriz, dramaturga y directora que ha dado su vida al teatro en La Máscara. 4. La bella Debora Skenassy mujer trans que defiende las múltiples formas de ser-mujer. Es en realidad un regalo bello que construimos en el texto Memorias de Paz de la Escuela que todxs ustedes pueden tener completo. 	<p>Fragmentos. Formulario de Google.</p>	<p>Fragmentos Memorias de Paz: https://drive.google.com/file/d/1_eMXA8JfZyfvwTMQY_St8mTA768dq9wU/view?usp=sharing</p> <p>Ver en anexos.</p> <p>Mujeres /personas que cuentan: https://docs.google.com/forms/d/1HVYRFkzHxMDOGOHdiLUEu6s_AwtxiCUYiHSQhFAJVUE/edit</p>



Solidaridad Práctica
- Por un mundo sostenible y solidario



VIVIR EN PAZ desde la
CO-INSPIRACIÓN
COMUNITARIA

	<p>Terminado de leer estos fragmentos, se pretende que lxs participantes den a conocer su autobiografía.</p> <p>Se espera finalmente que la jornada haya sido enriquecedora, además que la memoria se haya reconciliado con su historia.</p> <p>La escritura también es un derecho. La vida es una poesía propia y el lienzo en que te atreves a dibujarla.</p>		
<p>5. ACTIVIDAD 5: 11:00 Am a 12:00 PM DURACIÓN: 1 hora</p>	<p>Compartimos ideas sobre la lectura y la sesión, preguntas provocadoras para la conversación. En construcción</p>		<p>Fragmento de la hermana, la extranjera (Audre Lorde):</p>
<p>EVALUACION 12: 00 Pm a 12:30 Pm</p>	<p>Por último se envía el link del formulario de evaluación.</p> <ol style="list-style-type: none"> 1. Para mi salud emocional esta sesión me ayuda o me aporta lo siguiente (para mi propio bienestar, mis relaciones familiares, mi auto cuidado, etc): 2. En relación a mis acciones de incidencia comunitaria y colectivas, hoy aprendí que 3. Para la construcción de paz creo que la sesión de hoy aporta en: 4. Con relación al tema desarrollado hoy, podría decir que aprendí lo siguiente: (apoyo de lecturas, videos, podcast, presentaciones, otras ayudas, entre otras) 	<p>Formatos de evaluación:</p> <p>https://docs.google.com/forms/d/1fnDK-jlC1-ng_DS1Y2-mwzvHSzESGJMIXvdeNwYC2Js/edit</p> <p>(VIRTUAL)</p>	



Solidaridad Práctica
- Por un mundo sostenible y solidario



VIVIR EN PAZ desde la
CO-INSPIRACIÓN
COMUNITARIA

	5. En relación con la sesión de hoy propongo que se mejore lo siguiente (recursos didácticos, facilidad acceso, guía utilizada, tiempo utilizado)	
--	---	--